RUFANDO BOMB NEWS Notícias sem rodeios

Domingo, 21 de Setembro de 2025

# Monitores de glicose

**MARIANA RAMOS**

**Mariana Ramos**

Manter os níveis de glicose sob controle é um dos maiores desafios de quem convive com o diabetes. A tecnologia tem sido uma grande aliada nesse processo, e os monitores de glicose — também chamados de sistemas de monitorização contínua — representam um avanço importante no acompanhamento da doença.

**Como funcionam**

Diferente do glicosímetro tradicional, que exige a punção do dedo várias vezes ao dia, os monitores de glicose utilizam um sensor aplicado sob a pele (geralmente no braço ou abdômen) que mede, de forma contínua, a glicose no líquido intersticial. Os dados são transmitidos para um aparelho ou aplicativo no celular, permitindo acompanhar as variações ao longo do dia e da noite.

**Principais vantagens**

- Monitoramento contínuo: o paciente consegue visualizar o comportamento da glicose em tempo real, com gráficos e tendências.

- Mais conforto: reduz a necessidade de múltiplas picadas no dedo, tornando o controle menos doloroso e mais prático.

- Maior segurança: muitos dispositivos emitem alertas em caso de hipoglicemia (queda acentuada) ou hiperglicemia (aumento excessivo).

- Melhor tomada de decisão: o paciente e o médico conseguem identificar padrões, ajustar a alimentação, os horários de insulina e a rotina de exercícios com mais precisão.

- Redução de complicações: um controle mais estável ajuda a prevenir complicações crônicas do diabetes, como problemas renais, oculares e cardiovasculares.

**Para quem são indicados**

Os monitores de glicose podem ser utilizados tanto por pacientes com diabetes tipo 1 quanto por aqueles com diabetes tipo 2 que necessitam de um acompanhamento mais rigoroso.

Diabetes tipo 1: são extremamente úteis, já que o uso de insulina é contínuo e o risco de variações bruscas é maior.

Diabetes tipo 2: podem ser indicados para quem usa insulina ou apresenta dificuldades em manter o controle apenas com medicamentos orais, dieta e exercícios.

Vale destacar que a indicação deve sempre ser feita pelo médico endocrinologista, que vai avaliar o tipo de diabetes, a rotina do paciente e os objetivos do tratamento.

**Como usar corretamente**

- O sensor deve ser aplicado conforme orientação do fabricante e do médico.

- As informações coletadas devem ser compartilhadas com o médico para que sejam feitas as adequações de tratamento.

É fundamental lembrar que, embora os monitores facilitem o dia a dia, eles não substituem o acompanhamento médico regular.

Os monitores de glicose representam um avanço significativo no cuidado com o diabetes, trazendo mais conforto, segurança e autonomia para o paciente. Seu uso contribui para uma vida com mais qualidade e menos complicações, desde que sempre orientado por um especialista.

**Mariana Ramos é** *endocrinologista.*